كتاب

رسالة في تدبير المشايخ

Thesis on Scholars' Regimen

صریب بتر که ایچوب قوضمقدر و بعده ایکی درهم تریاق فاروق یدر دیب حمامه قونلمودر
و یا زهری ایکی درهم قنطریون دکوب خمر یله ایچمکدر سکزنجی فصل
بر کمسنه قبلادن اوده نی بیلدرسلر علامتی و علاجی و یا زهری بلکی ایلاجه برابردر
طقوزنجی فصل بر کمسنه صوصیغر قارنی ایچنده علامت بوده کبی
بتر بتمکدر و صولوغی الماغه در علاجی بر دانك زنجبیل ایچورمکدر و صیغوری
یوب ایچنه کرمکدر و یا زهری طاشدر که صوصیغرلك یاشندن بولنور اوننجی
فصل بر کمسنه صوصیغرلك اغزندن آقن صلیاری ایچسه علامت
بورك اوینمقدر و میت بایلمقدر علاجی و یا زهری صوصیغری قانی کبیدر
اون برنجی فصل بر کمسنه مجذوم قسانیه ایچورسلر عارضی
طت قانیلکیدر و علاجی کذالك قلت آنلك کلی علاجی ایلادن آیی
یاغی و قوردیغی کسلمش اوله یدرمکدر بتاکیم خلاص اوله اون ایکنجی فصل
بر کمسنه طت قانیکی اوکله قطر سنی ایچورسلر مهلك اولور و آندن ساعده
شوله تریبنم مضر در علامت مضرع اولمقدر و عقل ضایع اولمقدر
علاجی بکر قیزیله مصاحبت ایتمکدر و اسنانك و دملك دق و تیزتیز
استحمام ایتمکدر و یا زهری اواق دکلش ایچنی یا درنجویه صوبیله م
ایچورملکدر اون اوچنجی فصل آیغدن آصلمش صری آدم یا خود
غضبدن قسانیه آلبنز بر کمسنه ایچورسلر علامت عقل ضایع اولمقدر
و ادینزلك ایتمکدر و قورب قجغنی اولمقدر و علاجی و افر بکتمك و جادی
دکنب صوین ایچورمکدر و جکر دکنی جمنیوب صوین صرمقدر و یا زهری

برانه قوص اقعی

برکانه قوص اقعی در اون دردنجی فصل بیجان یا ایچاجان نسنالری
آچق قلوب آغولو نسنه دنسه آنی بر کمسنه به علامت استفراغ الملك
و طارلمقدر و کورکی قرمقدر علاجی استفراغ دن صکره بر درهم تریاق
فاروق در و یا زهری جدوار

هنیدیدر بعون الله تعالی
والله اعلم
بالصواب

بولیبا زدم قلم بنیادگار | قلمیدر قلا حطم روزگار
فاعلات فاعلات فاعلات | قلی عمل کیم یازه لوردن برات
فاعلات فاعلات فاعلات
مصطفا روحنه و بر صلوات

لبه الفقیر ... تمت تمام تم
عبد ...

بسم الله الرحمن الرحیم و به نستعین
حمد اول پادشاه که نوع انسانی اشرف مخلوقات ایلادی و صلوات
آنك انبیاسنه و اولیاسنه اولسون که ایمان صحتینك حفظنه تدبیر ایتدی
و کلی مرضلرینك ازالهسی تانیر ده طبیب روحانیلر در و بعده بو طرب
لاابالی شو ... رساله ... مشایخات بکلی تدبیر ده حضرت جعفر یاسانك

ادام الله صحته و دولته ابزنه امثال الادب تحریر اتلدکی و تدبیر مشایخه شروع
ایملتماسنی ارتبعه بالمکه موفق قدر اطبا قتنده انسانیجون اسنانی ارتبعه
واردر یعنی اغلان یجون انادن طوغلدن عمر طبیعینك آخرینه وارنجه دك
چاغیدر اولوردیمکدر اوکلکسنین نمودر یعنی ابتداء عمردن اوتوز یاشنه وارنجه
اولان چاغدر تقریبا الکهلسنین وقوفدر اوتوزدن قرقه وارنجه در اوچنجیسین
کهولتدر قرقدن التمشه وارنجه در تحقیقا دردنجیسی شیخوختدر التمشدن
آخر عمره وارنجه در تمثیلاً و بونلر مرادمزسن شیخوخته متعلق اولنلر کلماتندر
امام فخر رازی رحمة الله علیه کتاب برهان السعادة ایتدیکه سن
وقوفك نهایت امزجه اختلافله نقصان او زیادة اولجق اوتوزبش یلده اولور
و زیاده اولجق قرق یلده اولور و بالجملة سن وقوفه غایت قرق یلده اولدی
که ابتداء سن کهولتدر و بوشول سنکه انسان اوزرنده کمال فضل و اتمور شرعا
و طبا زین بدن فنا بشندن صکره نفس بقا بینی فالا سفه شوندن ناسند لا الاله اکبر
فرق یاشندن صکره بدن نقصانه توجه ایدوب جهة عقله ازدیاد کلور بس امام
سوزیدن معلوم اولدیکه جماعت کهولت و مشایخ اشراف ناسندندر
تدبیرلری دخی افضل اولمق کرکدر شیمدن کرو رئیس الاطبا شیخ
ابو علی ابن سینا رحمة الله علیه کلماتن نقل اولنور قانوندن
ترجمه اولنمشدر اوزره التعلیم الثالث فی تدبیر المشایخ وهو ستة
فصول الفصل الاول قول کلی فی تدبیر المشایخ اول کلی فصل
کلی بسنده رقو جالنوس تدبیرنده یعنی دیمك اولورکه بو قول بیرلره مزاجلرندن برمزاجه

یا بعض امزجه مخصوص دکلدر بلکه علی الاطلاق و مشایخ هرم واقع اولان کثیر
امزجه مختلفه یه کوره کلی سوزدر جمله سنه شمولی واردر جمله تدبیرهم هی
استعمال ما یرطب و یسخن معا مشایخك جمله تدبیری بودرکه حرارتله رطوبت
و دخی نسنه استعمال ایتمکدر و دیمکدرکه یالکوز حرارت و دخی و یالکوز رطوبت
و دخی مناسب دکلدر بلکه حرارتله رطوبت معا کرکدر نته کیم اطالة النوم
واللبث فی الفراش اکثر من الشبان یعنی اوزون اوزاق اویومقدن و دوشکدن
ابلنمکدن جوقجه استعمال ایتمك کرکدر قوجالر یکیتلردن ایسه و غیری مرطب و مسخن
ترکیب و یریله والاستحمام بالماء والاشربة غذالردن و حمامه کرمکدن و شرابلردن
بو آرادة مراد خمر دکلدر شکرله و بالله دوزلن مناسب شربتلردر و مشایخك
جمله تدبیرنده بخصیص ترکیب و ادامة ادرار بولهم و اخراج البلغم بولریندن
آقیتمغه و بلغم چقارمغه مداومت ایلمکدر من معدهم من طریق المعاء والمثانة معدهلرندن
بغرسق یولندن دخی فاوقع یولندن و آدن ادام لین طبیعتهم و تنقیهم حتا دخی
مشایخك طبیعتلرینی لینه دائم اولمق اکلونه فاخذ زکتیه الدلك المعتدل فی
الکمیة والکیفیة مع الدهن او وقتکه اغتذا ایلیه اوله مقدارده و کیفیتده یاغیله
بلکه ثم المشی او الرکوب ان کانوا یضعفون عن المشی والضعیف یعنی اول غذادن صکره یورمك
یا خود بنمك آته و غیرینه نه ایسه یورمکدن و مشایخده ضعیف اوزرینه او ومق
عورتی اولنه و ممنوع دربونلجه اولمق و یجب ان یتعهد والطیب من العطر کثیرا
و خصوصا الحارة والجید در اکلنلر کونلر خوشلردن جوق اولدوغی حالده خصوصا کیم
حرارتله غنیدر اوله واذ یتحون بالدهن بعد النوم فان ذلك یلینه القوی الحیوانیة ثم یستعلو و دخی

واجب بودر که مشایخ سورتمکدن بغله اوتیغوددن صکره تحقیق کوزلر فوقی ایله
آکلامق وبع سورتمک هو حموانیه به تنبیه ادر یعنی دریلکه شوق ویرر دیمکدر
وصکره بنه آنده یتمک ویا یاتورمق استعمال ادرلر الفصل الثانی فی تغذیة المشایخ
یجب ان یفرق الغذاء للشیخ قلیلا قلیلا ویغذی فی کرتین ثلث بحسب الهضم وقوته
وضعفه یعنی هضم قوتی اوزره غذا ویرمک بابنده در واجبدر پیرلکه بنالک
غداسی ایله آزآز اوله غله ویمکلکلری کونده ایکی کره یا اوچ کره هضمه کوره وقوتنه
وضعفنه کوره فیاکل فی الساعة الثالثة الخبز الجید الصنعة مع العسل وفی الساعة السابعة
بعد الاستحمام ما یلین البطن مما ذکرنا بس اوچنجی ساعتده ایوجه اشلنمش اتمکی بال ایله
بلجه ویدنجی ساعتده استحمامدن صکره شول نسنه یسونکه قرنینی یومشقلق
ویره سوئدنلکیمز آنی اکا دردی نسیج وبعد ذلک یقرب الیه من الطعام المحمود
الغذاء فان کان قویا نیه فی غذائه یعنی ذکر اولنان ترتیبدن صکره کیجه یقین
یملک تمشود الغذا اوله مثلا دوغدان نمرده کبی اکر قوتنه اوزرینه اولاجق اوله
زیاده اونه غدا اسنده اولنیرلر ویجتنبوا کل غداء غلیظ یولد السوداء ویولد البلغم
یعنی مشایخ صقنسونلر هر غدادن که غلیظ اوله سودا حاصل ادر وبلغم حاصل ادر
اوله وکلما دخریف یخفف مثل الکوامخ والتوابل الاعلی سبیل الدواء دخی
صقنسونلر هر غدادن که حدتلو حدتلو قیزوقوزدوجی اوله حاد له حریفلک ورتب
اکسیدیه بله تیزلک ثاثیریه واردر اماخوخ طعمله اغبار اولنور مسلا
خردل کبی تیشلزکبی واسبی اوتلر کبی الامکه دوا طریقی اوزرنه استعمال
اوله فان فعلو من ذلک ما لا ینبغی لهم فتنا ولوا من الصنف الاحسن الا و مثل الکامخ

دو المال
والماءه

والبادنجان والمقدد لحوم الصید اکثر ایشلسونلر شویدن که انلوه لایق دکلدر اولنقدیرجه
بسالر صنف اولدن یعنی مقدم ذکر اولنن مغلطاتدن طوزلو نسنه ویا دبادنجان ونضد
واوانلری کبی یعنی سودا حاصل ادجی بونلردن در اومثل السمک الصلب اللحم والبطیء
الرزق والقثاء یلخوذات بک بالوق دخی قوتور وشجاز کبی یعنی سونک
کیبه نه صقنسونلرکه بونلر بلغم حاصل ادجیلردر وان یعقلوا الطعام الثانی اکثر
ایشلسونلر یعنی خطا ایه بو قادرین وکل حریف حاد دخی کنی استعمال ایسلر
که ملطفاتدن در فیاکلوا الکوامخ والصحناء والبن عوجی ایسا ولی الصید
اول تقدیرجه بسلر تربلری وفی الجبس بالغی وسادان بالغنی علی انج اولنده لر
ضدکی عسیله مغلطا تله ملطفاتدن ضدلردر بل الناجب ان یستعمل فیهم المطلقات
بلکه واجب اولدی الا اولدی لول مغلطات وعیرن ملطفاة استعمال یتمک اذا علم
انه فیهم غصول لا فحان بالنسبه تحقیق اولمشایخ فضلات واز دروفاد انفقوا عدلوا
بالمرطبات ثم یعادلون شیئا من المطلقات مع الغذاء علی ما سنقول فان اولا
مشایخ ارتسالر مرطباله غدا التسونلر وبنه عودت التسونلر ملطفاتدن
نسنه غدا ایله شدت اولدنه که برآیت اتی ونه دردی شیخ واما اللبن فینتفع
من یستمرء به منهم ولا یحدث عقیبه تمددا فی ناحیة الکبد او البطن ولا حکة ولا
وجعا اما شیختدن سودکه آنی سکروسه سود لقاین لبور شول
کیسنه که سود عقیبنجه کرلک لولیسه جکر طرفنده یا قارین طرفنده بکلک واغریز
عضوی ارایه اولنطر فنده فان اللبن یحدث او برلک والعصر ابن الماعز والاتن
تحقیق سود غلا ویدر ورد اولد کیسنه موافقه اولنجی سود دوسونلر

ولين الابن من خواصه لا يتخمن كثيرا وتخدر اسهيكا ولا سيما ان كان مع ارز وعسل كيج
دشي دوه سودنك خاصيتلري اندندر تبعير لنمز معده ده جوق اولدوغي حال ده
والشر تركجات خصوصا كه اكثر طوزله وبالكه اولسه وانك لعضدن جمع
اناندز وايا ندر دشي شكله درلر وبعضي لحمدن اتمز مفرد دخي كلمشدر كنج دوه
دمكدر ويجب ان يتعهد المرعى حتى لا تكون نباتا عفصا او حريفا او حامضا او
شديد الملوحة واجب بودركه اوتلق يري بلنه حتى اولمقدار شول اوتلر كه
ككره وبين واكشي يا غايت ده طوزلو در واما البقول التي يتناولها المشايخ فهي
السلق والكرفس وقليل من الكراث نيئا وكونها مطيبة بالمري والزيت
واما شول تازه اوتلر كه انلري مشايخ استعمال ايدر واوله يابوز روكرفس
وبراصا درآن اول ادويه حال ده بنلري بيالر كو بكلكنا ولتش اولدوغي
حال ده سركه ويد يتوني يجيله صالانه صقوله سي اولور وسركه شول سركه
درلركه بعضي دوه لر قري كوين كورنسه تربيه اولنه بعجم اكا انكامه درلر
وخصوصا قبل طعامهم لغلبتهن على لين الطبيعة وخصوصا اولر
صالانه مشايخك تكيدن اوله اوله معلوم اتسونجوان طبيعتين نقليلي
اوزرنه واذا استعملوا الثوم وقت وكانوا معتادين انتفعوا به بجهان
مشايخ صحيفه استعمال اتسكر بر وقت ده دخي اكا معتاد اولمش اولسلر
منافع لنور اولصرمنق سبيله والحجبي المريء من الاذوير الموافقه
والثمر المريبات الحاره وتحفه مرتبي مشايخه موافق دوا لردنه در واسي
مربالرا لنجوحو دخي موافقدر وليكن بقدر ما تسخن وتهضم لابقدر ما تجفف البدن

قودردر وهضم ادرمقداري اولشونن شول قدر اولمسون كه بدنده قوللمق ويره بعضي
اولر مرتالر باستعمال ايملك ويجب ان يكون اغذيتهم مرطبة انما ينفعل عن هذه
من طريق الهضم والتسخين ولتبين واجب بودر كه مشايخك غدالري رطوبت ويرجي اولا
غدا قبول ايده مذكور مرتبه لردن الا هضمله حرارت قبول ايده وقوت ويرجي لحم قبول
ايملك كليه غدا يده ومما يستعملون من اللين طبايعهم ويعاقبون به نهم من الفاكهة التين والاجاص
في الصيف والتين اليابس المطبوخ في ماء العسل ان كانت الوقت شتاء
دخي مشو نندن ذكر مشايخ انلري استعمال ايدرلر طبيعتلرين لينايلك وبدنلرينه
موافق اولمق ايچون بمشدن يا تن انجير وارلك يا تي زمانيده وقوروانجير كه
بالستيدن بشمش اوله آكر وقت قيش زمانينده اولاجق اولورسه وجميع
هذا يجب ان يكون قبل الطعام ليلين طبيعتهم ويتوجيعي واجتذن تكدن
اول اولمق مشايخك طبيعتلرين لينت ايملك ايچون وايضا البلوط المطبوخ بالماء
والملح مطيبا بالمري واصل السقاطح اذا جعل في ثنين باجيز من الدجاج او في مرقة
السلق او في مرقة الكرنب يعني كروجكندين ملينددر لبلابكر كهيد يرصر مشغ وجادرد
چيچكي دخي درلر صويله وطوزله بشمش اوله كو بكلك اولندوغي حال ده مريله
دخي ذيتونن يجيله ودخي سقامق كوكي يجاده تر شور وآتك ايجنه قولنسه
اولنشوروه تاوقدن اوله يابازي شوربا سنده قولنسه يا لاجاده شوربنيدن
قولنسه فان كانت طبايعهم يستمر على لين يوما دون يوم فعن السهل والرطوبة
اكر اولر مشايخدن طبيعتلري استمرادري لينت اوزرنه اولسه لوله تقديرجه
مسهلدن ومرلقدن احتياج كنديه اولركسه ثلث وان كانت طبايعهم يابس يوما

وتحبس بوعمين كفاهم مثل ماء الباذروج وماء الكرنب ولباب القرطم بكشك الشعير
اومقدار حلو نوع او بطوزينين بر صمغ البطم واكثره تلك حلو زرايت فانها يلين طبائعهم
بخاصيته وتحلل الاحشاء بغير اذى اكثر مشايخك طبيعتلري بر كون ليت اكي
كون قبض اولسه انلره كفايت ايدر لبلاب صوبي واكا صوي عصفور تخمك
اچي ان بو صوي حليمه بسله يا بخود بر كوكنار دانه سي قدر يا ايكي كوكنار دانه سي
قدر منونين صقمونيا بدن وحوا انجاق اوچ كوكنار دانه سي قدر اوله منويين مشايخك
طبيعتلرنه ليت ويرر خاصيتله احشالري اولورضه لاتندن زحمت حكم دوسكي
حالده احشادن مراد قرين ويغرسقلر وجكر وطالاق وبكرك وقاوق وامعوره
نكه واربسه وينفعهم ايضا الدواء المركب من لباب القرطم مع عشرة امثاله من تين
يابس والشهر كالجوزه كره وكتنلين مشايخه نافعدر نسولر مركب اولن دواكه عصفور
تخمي اچدن بر مقدار اون اوله قدر دقو انجيره وتجات معقادري ميقودر قدر
اوله وينفعهم الحقنة بالدهن فان فيها مع الاستفراغ تليين الاحشاء وخصوصا
الزيت العذب ومشايخه ومشايخك نافع ادر بعيله حقنه ايتمك
تحقيق بو حقنه ايتمك استفراغله احشايه ليت ويرر خصوصا كه طاتلو زيتون
يغيله اوله وتجنبهم الحقن الحادة فانها تحصف امعاءهم دخي صقنسنه
مشايخ حقنه ديلك حقنه لردن تحقيق اوله حقنه حاده الوراغ بغرسقلرنه قورلق
ويرر واما الحقنة الرطبة الدهنية فانها من انفع الاشياء لهم اذا احتبست
بطونهم وتعلو طبيعتهم اياما ولم ادوية ملينة للطبيعة تذكرها اما شول حقنه لركه
ذاطوبتلو وبغللو اوله تحقيق اول حقنه لر مشايخ اچون علاجدر اولنان تنسكل

فايده لوركي درنجان حبس اولنسه طبيعتلري يعني قبض اولسه بربچه كون اوله
مشايخ اچون طبيعتلرني ملين دوالردر بونلري ذكر ايتدك اقرباذين ده يعني
قانون ده مركباتي باذن بيرده كه مشايخه مخصوص اوله ويحب ان يكون الاستفراغ
في الكهول والمشايخ بغير الفصد ما امكن واجب بودركه قوجالرده وقوجالرده
فان المقدار غيري طريقله استفراغ ايلمكدر ممكن اوله دقيقه استفراغ دمك
طبيبلر اصطلاحنجه فان الدزموق واسهال اولمق ودرلك وقوصمق وبوروق
قنمق وجماع ايتمك وبدندن طلتر وجقوب واغنت طلب ايدن هر ماده يا زر
فان الاسهال المعتدل اوفق لهم تحقيق اعتداله اولن اسهال مشايخه موافق
در فدر الفصل الثالث في شراب المشايخ اوچنجي فصل قوجه لرك شرابلري بيانده در
بوارا ده شرابدن مراد خمر در خيرهم ابيضهم العتيق لا الاحمر وليس معا مشايخك
شرابلرنك خيرلوسي سكي شراب دركه قرله اوله بول اقمق اچون ودر مغلبجه
اتو لنجين جسم لرقا سي دلشر دركه باده سرخ عصاره يرانده ويحبل
الحديث الابيض الا ان يكونوا قد استحموا بعد التناول من الغذاء وعطشوا فيسقون حينئذ
شرابا ابيض رقيقا قليل الحجم على انه لهم بدل الماء ومشايخ صقسسونكر
بكي شراب واق شراب ايچكا ايتمك الا انكركه عكسدن صكره حمامه كرب
حمتشي اولسلر وصوصامشلر اولر تقدير جه اينجه لر اق شرابكه طوري اوله
قوبا اولميا كه غدا ينيجي آنا اوله شولك اوزره ايچكم اولن صوصامش قوجلرك
صوبنه بدل ويتجنبون الحلو المسدد من الاشربة دخي مشايخ اجتناب اتسونلر
شول طتلو ديكه سده ايدجي شرابلردندر الفصل الرابع في تفتيح سدد المشايخ

فان عرضت لهم سدد واسلها ما عرضت من شرب الشراب دردنجی فصل
مشایخك سده لرینی احمق بیانندهدر اکر انلره سده لر عارض اولسه اجماعنه
آسان رکی شرابا ایچملردن عارض اولنلردر یجب ان یفتحها بالفودنجی والفلافلی و
بکثیر الفلفل علی الشراب وان کانت عادتهم قد جرت باستعمال الثوم والبصل
استعملوهما ولجب دراحمق سده لرینی دواء فودنجی ایله ودواء فلافلی ایله
وشراب اوزرینه دکلشن بر اکله واکر اولمشایخك عادتنده
جاری اولدیسه صوغان صرمسق یمك اولمشایخك استعمال ادهلر والتریاق ینفعهم جدا
وخصوصا عند حدوث السدد وکذلك اثاناسیا وامروسیا ولکن یجب ان
یرتاضوا بعدهم بالاستحمام وبالتمریخ وبالاغتذاء بمثل ماء اللحم الجید دون
الشحم دخی تریاق مشایخه نافعدر البته وخصوصا سده لر حادث اولدقده
فتیله ویبه نافعدر دواء اثاناسیا وامروسیا بوقدر واذکر تریاق استعمالندن
صنکره رطوبت ننك کرکدر استحمامله وتمریخ سونمك ایله وغذا ایله مثلا
آت صوینی حیدروس ایله وزیده ایله وحیدروس بعکاکی دردر بوعدر
واستعمالهم شراب العسل ینفعهم ویؤمنهم حدوث السدد ووجع المفاصل
بعد ان یزاد علیه مع احساس سدة في عضو او احساس استعداد
لها ما تخصه کثیر الکرفس واصل الاعضاء البول ومشایخك بالدن دوزلن
شرابا استعمال ایلسی انلره نافعدر واسلیم بن قلحیدر سده لر حادث اولمقدن
واکلار بولیری اغزمقدن وسدوحس ایلکاه بالدن اولان دوزلن شراب
فایدهلودر اکا زیاده اولدقدن صکره هر بر عضوه مخصوص اولن دوادن

کروزنجی

کروزنجی وکوکنی اعضاء بوله متعلقدر یعنی اولجابك سده لرینی آچجیدر
وان کانت السدد بحضور بطلخ بما هو قوي مثل قطراسالیون وان کانت
السدة في الرئة فمثل الزوفا والبرسیاوشان
والسلیخة وما اشبه هذا ذلك اکر سدلر
اعضاء بوله طنته منسوب اولسه اولان بالدن دوزلن شراب شونکله بشه
که کرورذن قوتلودر قطراسالیون کبی واکر سده اوبکن اولسه شراب ودخی
شونلره بکرز نه وادیسه اتونکله بشه الفصل الخامس في ذلك المشایخ یجب
ان یکون معتدلا في الکم والکیف غیر محترص للاعضاء
الضعیفة اصلا اولمنا لمن ینبغی فصل قوجالرك اومسنی بیانندهدر
ولجب بودر که اوستی اعتدال ایله اوله مقداردن وکیفیتدن ازنسا الیمی اولحق کرك
ضعیف اعضالری وبختلو اعضالرینی اصلا وان کانت الدلك ذا مرات خلید لکو
في الکرات بحرو خشونة او لان مجردة فان ذلك ینفعهم ویمنع نوایب علل
اعضائهم اکثر اوومق بوجه کثره اولوجی اوملق اولورسه اوشونلر
تکرار اومقدم ادی وقال بن یاخوذ فان یحی اربحه الاخصیص بونلر
فایدهلودر واعضانمتدریلت لوبتالرینی دخی منع ادر الفصل السادس
في ریاضة المشایخ فصل قوجالرك ریاضتلری
بیاننده در ریاضت لغتده حرکت در واصطلاح اطباده ریاضت ایکی
قسم در اول کیمی ریاضت بدنیه در یعنی شخص اعضاسیله حرکت اتمکدر
ایکنجیسی ریاضت نفسانیه در یعنی نفس حواس باطنه دن بعض نوع حرکت

ایودمك دخی شخصك بودر، مرادی اولدر که قسمنده ریاضت المشایخ تختلف بحسب
اختلاف حال الاب ابدانهم وبحسب ما یعتادهم من العلل وبحسب عاداتهم فی الریاضة
مشایخك ریاضتی مختلف اولور بدنلرینك حاللرینه کوره وعادتلرینه کوره
مرضلردن وریاضتکی عادتلرینه کوره فان کانت ابدانهم علی غایة اعتدال
وافقتهم الریاضة المعتدلة اما اکر مشایخك بدنلری غایت اعتدال اوزرنده
اولرسه انلره موافق اولور شول ریاضتلر که معتدل اوله لر ثم ان کان عضو منهم
لیس علی الفضل حال الاکثر جعلوا ریاضته متابعة لسایر الاعضاء فی الریاضة
اکر مشایخك عضولرندن بری کندو حاللرینك اکثری اوزره اولمسه انك ریاضت
تابع ایتمکلر لازم سایر اعضالرینك ریاضتنده مثلا ان کان راسه یحضر به الدوار
والصرع او انصباب مواد الی الرقبة والا کان کثیرا ما یصعدون فیه
ابصارهم الی الرأس والدماغ لم یوافقه من الریاضة ما یبطأ فی الرأس وبدلیه
مثلا برینك باشنه دونمك وچرپنمك وصرع رحمت عارض اولسه
یاخود بوینینه بعض مادهلر دوکلمك عارض اولسه وباشنه ودماغنه
چوق بخارلر چیقار اولورسه اکا موافق دکلدر شول ریاضتدن که باش
چلقاسنی وباشنی اشغی اکیجی اوله ولکن یجب ان یمالوا الی الارتیاض
بالمشی والاحضار والرکوب ولکن واجب اولدر که یورمك ایله ودوتمك ایله
ومرکبه بنمك ایله اوله ریاضت امکانی ادهلر وکل ریاضتی تمنا اوله
النصف الاسفل دخی شول ریاضته میل ادهلر که بالدن اشغاسیله اولور
وان کانت الافة فی الجهة السفلی استعملوا الریاضة الفوقانیة اکر آفت

آنك طرفنده اولاجق اولورسه مشایخ استعمال ایتسونلر شول ریاضتلری که
بالدن یوقروسنه متعلقدر کالمشابکة ورمی الحجارة ورفع الحجر بعضیسنه
لوقیق وطاش آتمق وطاش قالدرمق کبی وان کانت الافة من ناحیة الوسط
کالطحال او الکبد او المعدة والامعاء وافقتهم کلتا الریاضتین ان لم یمنع
مانع واکر آفت اورته طرفنده اولیجق اولورسه طالاق وجکر ومعده
وبغرصقلر کبی مشایخه موافق اولور ایکی درلو ریاضت یعنی بالدن
یقرو وبالدن اشغی اوله اولن اکر بر مانع منع ایتمزسه واما ان کانت الافة
فی ناحیة الصدر فلا یوافقها الا الریاضة السفلیة
واما اکر آفت کوکس طرفنده اولیجق اولورسه اولوقت موافق اولمز الا بالدن
اشغی ایله اولن ریاضت اولور او کانت فی کلیة والمثانة ولا یوافقها الا الریاضة
الفوقانیة واکر آفت بوکرکلر وقاوقده اولسه اولوقت تقدیرجه موافق
اولمز الا بالدن یوقری ایله اولن ریاضت موافق اولور ولا سبیل لهم الا ان یدرجوا
تلك الاعضاء فی الریاضة لیقووها بها وهذا المشایخ بخلاف ما سایر الاسنان
وبخلاف المتهلکین الذین یوافقهم اکثر ما یوافق المشایخ فان اولیك
یجب ان یقوم الاعضاء الضعیفة بتدریجها فی النوع من الریاضة
یلایمها ویکون فیها ودخی بوللر تقدر مشایخه که تدریج ایتمکلر شول ضعیف
اعضالرینه که ریاضتده اولنلر اعضا فی المسنون اچون ریاضت سبیله بو قاعده
مشایخه مخصوصدر سایر سنلرده خلافنجه ومن کهولتدن اولنلر
دخی خلافنجه در ایله کهولت انلره موافق اولن تدبیرلر چوغی مشایخه موافق

اولنه‌رق تحقیق بولنمق واجبدر که ضعیف اعضاسنه قوت ویرلت ندر نیجه‌که
ریاضت کونلردن بر وعده‌یله ریاضت که کهولته موافقدر دخی شول سنده
اولور واما الاعضاء المریضة فنما یاضوونها لم یرخص لهم فی ذلك واما
خسته اولان عضولر آز اولور خسته اولور یعنی ریاضتدر واو اولور که
دستورلمز ریاضت یعنی جماع اولمز اطبا اعنی اذا کانت حارة او یابسة
او فیها مادة یخاف ان یمیل الی العضو ولکن بالقمح شیخ ابتدا ریاضته رخصت
اولمیاندن بنم مرادم اولدر که بخار ریاضت ایدن عضوده بر حرارت یا یابس
مادة اولسه یاخود بر مادة دخی اولسه که اندن عفونته میل ایتملك
قورقوسی اولسه وآنوکله نضج اولمامش اولسه آشکار یاخت

تمت ریاضت درتم

الکلام

بعون الله

تعالی

بسم الله الرحمن الرحيم وبه نستعين

الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام على خير خلقه محمد وآله وصحبه
اجمعين وبعد بو طبيب لا ابالیدن عبد الله آغازاده الله صحته فی طبدن دخی
برقاچ ترکیجه رساله ایتمامنی ادیب دریکه بردها دکار کوز اولسون بو فقیر ایله بشله
دخی اولسون دیوب بر مختصرجه حفظ صحت طریقنی اشخاص ادرجه بریچه
مسئله یازدی تا که انلرك خاطری منشرح اوله والله المعین علم طبدن
مقصود اولان ایکی نسنه در اولکیسی بدن انسانده موجود اولان صحت حفظ
ایتمکدر ایکنجیسی بدندن زائل اولان صحتی یرینه کتورمکدر اولکی قسمدن
بر مقاله ترکجه بیان ایده لوم حافظ صحت اولنه اسباب ضروریه رعایت
ایتمك لازمدر یعنی التی سببلر واردر انسانلك وسائر حیوانات احوالنی بیان
ایدرلر اولکیسی بدنلری احاطه ایدن هوادر ایکنجیسی ماکول ومشروبدر
اوچنجیسی نوم ویقظه در دردنجیسی حرکت وسکوندر بشنجیسی استفراغ
امتلادر التنجیسی عوارض نفسانیه در ذکر اولان اسباب سته
کما هی رعایت اولنجق اطبا قولنجه بدن صحت اوزره اولور باذن
خالقه واسباب سته تفصیل ایده لوم اولکیسی هوادر واکا احتیاج
روحی تعدیل ایتمك ایچون ندر وروحی تعدیل ایتمك ایکی دفعه حاصل
اولور اولکی فعل روحی راحت ایتمکدر وبو فعل استنشاق
هوایله اولور که قلب اجماعله وقلبك بردها لرکی اجماعله اوتیکن وشراین